

## L'iris et ses vertus

Sylvain Ruaud

Un médecin, le docteur Philippe ROUSSEAU, gériâtre à Chinon, et aussi grand ami des plantes, a compilé les documents en sa possession à propos des vertus médicinales de l'iris. On peut, grâce à lui, se rendre compte de tout le profit que l'on peut tirer de ce qui est d'abord une passion d'ordre esthétique. L'iris n'est pas seulement beau, il est également utile et bienfaisant.

Voici ce que celui-ci nous offre en dehors du plan ornemental :

### Parties utilisées :

- Rhizome : sur une plante de plus de trois ans, enlever l'épiderme au couteau, puis faire sécher au soleil ou au four ;
- Feuilles.

### Principes actifs :

- Glucoside : l'iridine ;
- Résine : "Camphre d'iris" (C<sub>4</sub> H<sub>8</sub> O) ou essence (parfum de violette utilisé en parfumerie) ;
- Amidon ;
- Tanin.

### Usage interne :

- I - Asthme, Bronchite
  - déjà conseillé dans cette indication au 1<sup>er</sup> siècle par DIOSCORIDE et au 16<sup>ème</sup> siècle par Pierre André MATTHIOLI ;
  - action fluidifiante ;
  - action tonique sur la musculature bronchique ;
  - mode d'emploi : décoction : 15 à 60 grammes de racine d'iris fraîche ou séchée dans un litre d'eau bouillante : laisser bouillir deux minutes et infuser vingt minutes ; passer ; sucrer au miel. 1 à 2 cuillérées à soupe toutes les heures.

- II - Bronchologie du vieillard

- Potion de Leclerc :

Rhizome d'iris	] à 5 g
Racine de réglisse	
Eau bouillante	200 g
Semence d'anis vert	2 g

faire infuser 20 minutes

une cuillérée à soupe toutes les heures.

- Pilules de Leclerc :

Extrait mou d'iris  
Extrait mou d'aunée } 0,005 g  
5 à 8 par jour.

III - Coqueluche : Voir bronchite.

IV - Rhume :

- Poudre de rhizome d'iris séché 0,25 à 2 g selon l'âge, dans un peu de miel ou de thé.

V - Constipation :

- Purgatif : 0,25 g à 2 g de rhizome d'iris séché en poudre dans une cuillerée de miel le matin à jeun. Attention : peut être vomitif à trop forte dose.

VI - "Crise de foie" : même décoction que pour la bronchite ; 2 à 3 tasses par jour, entre les repas.

VII - Hydropisie : feuilles fraîches ; passer au mixer ou à la moulinette pour en extraire le suc. 15 à 60 g de suc dans une cuiller à soupe de miel par jour.

VII - Rétention urinaire : même décoction que pour la bronchite : diurétique et anti-rétention.

#### Usage externe

I - Brûlures : Feuilles d'iris au four; lorsque les feuilles sont chaudes on les applique en cataplasme sur les parties brûlées.

II - Plaies : Poudre de rhizome séché, directement sur les plaies ou rougeurs.

III - Dents jaunies par la nicotine : Poudre de rhizome séché en dentifrice ( en plus, améliore l'haleine).

IV - Cors : Feuilles fraîches, au mixer ou à la moulinette, 2 à 3 applications de 2 ou 3 heures.

#### Autres usages

- Blanchir et parfumer le linge,

- En parfumerie (essence ou "camphre d'iris"),

- Parfumer ou donner du "corps" aux vins et vermouths.

Certes, de nos jours, on est habitué à user de remèdes plus élaborés et soi-disant plus efficaces, mais, au moment où l'on est tenté de revenir à des médecines douces et naturelles, n'est-il pas réconfortant de savoir que son jardin d'agrément est aussi un jardin curatif ? Et pour l'amateur d'iris, quand il dédouble ses bouillées, quel soulagement de ne plus jeter au compost les rhizomes excédentaires !

\*\*\*\*\*

N.d.l.R. A l'heure actuelle seules deux espèces d'iris sont utilisées en pharmacie, sous forme de médicaments homéopathiques : *Iris versicolor* pour lutter contre certains maux d'estomac, et *Iris tenax* pour atténuer les douleurs qui ressemblent à des crises d'appendicite.

L'iris entrant dans la composition des vermouths Noilly-Prat (à consommer avec modération, l'abus d'alcool étant dangereux pour la santé !) est vraisemblablement *Iris pallida*. Le fabricant dit qu'il s'agit de l'Iris de Florence (ce serait alors *Iris germanica*, variété *florentina*) mais nous n'avons pas pu nous faire confirmer par nos amis italiens l'existence de cultures de "florentina" dans la région de Florence.

\* \* \* \*

